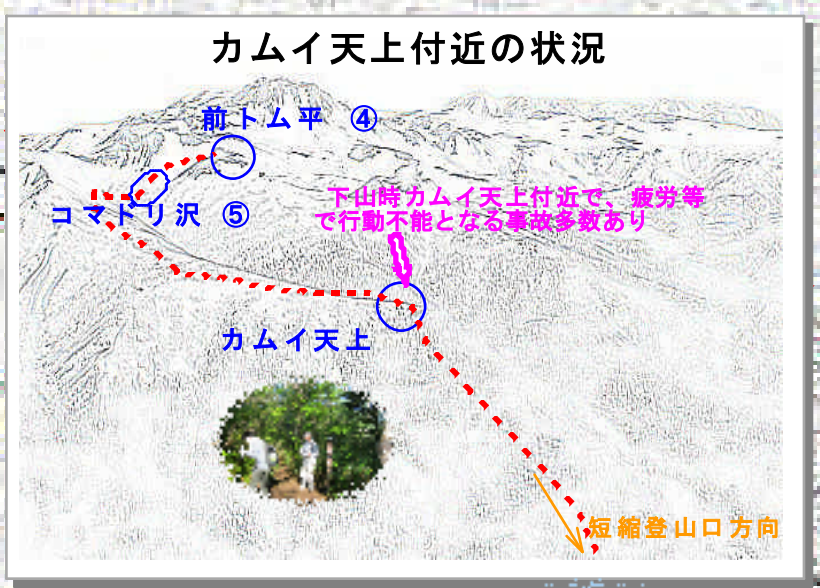
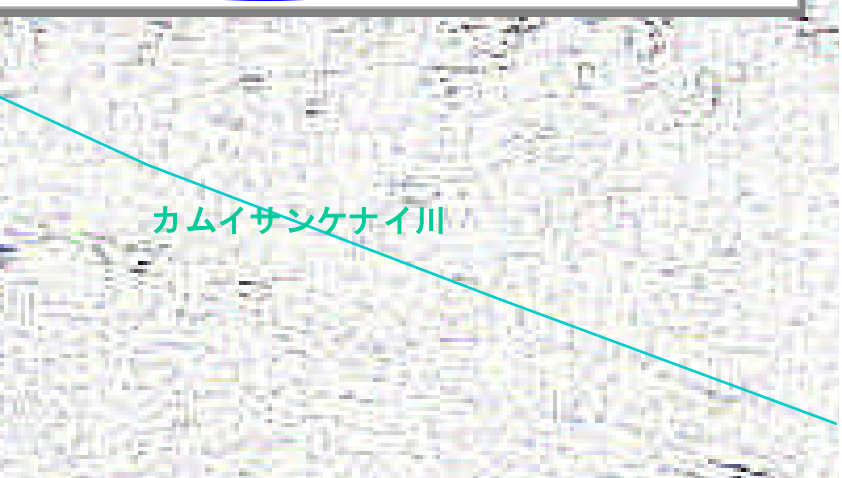
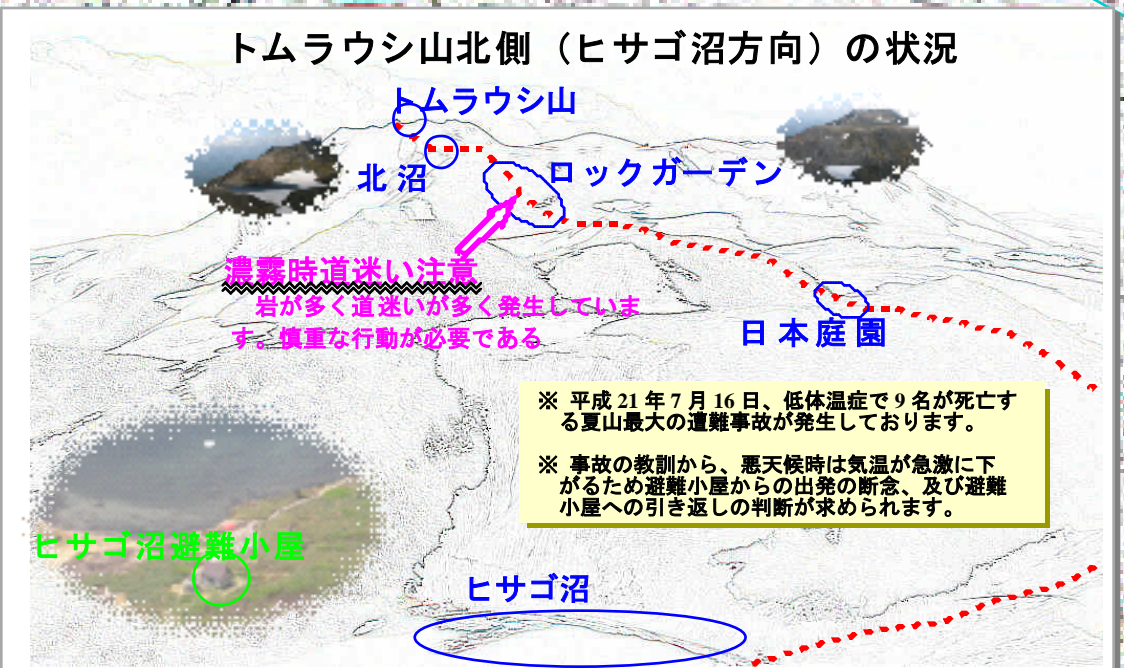
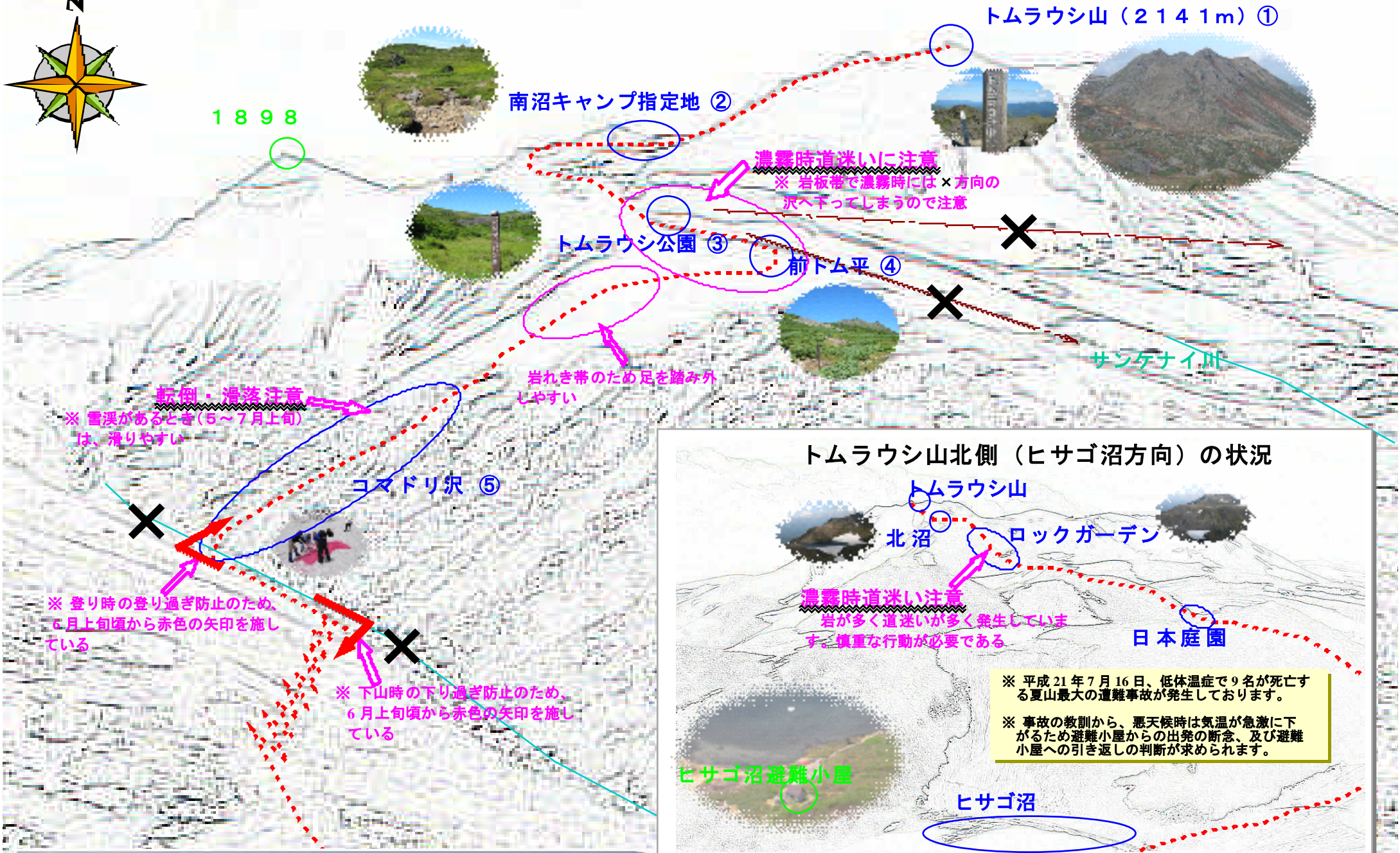


# トムラウシ山安全マップ



**トムラウシ山登山にあたっての留意事項**

- ・トムラウシ山は短縮登山口からで往復およそ8時間30分程かかる上級者向けの山であります。体力に自信がない方や登山初心者にあってはそれを十分に理解して下さい。
- ・登山届けは事前に提出するとともに、入山届けにあっても確実に記載してから登山するようにして下さい。
- ・行程が長いため、早朝からの行動をお勧めいたします。
- ・登山する場合は必ず水及び食料を多めに持参し、装備品にあっても万全を期して下さい。
- ・濃霧等が発生する機会が多いことから、道迷い防止のため地図・コンパス・GPS及び夜間に及ぶ可能性を想定してキャップランプの携帯を推奨します。
- ・携帯電話は必ず所持して下さい。不感地帯が多く、すべての場所で繋がる訳ではありませんが、尾根上等では繋がる場所があります。山頂はほとんど繋がらないことを理解して下さい。
- ・夏場でも山頂付近等では、風等を伴って体感温度がマイナスになることもあるので、防寒対策に万全を期して下さい。
- ・万が一、遭難事故に遭遇した場合は、落ち着いて行動し、早めに救助要請を行って下さい。